

Чесных Татьяна Васильевна  
ГКУ СРЦ " Маленький принц "

## Польза лоскутного шитья для детей и подростков в трудных жизненных ситуациях

Лоскутное шитье — это не просто увлекательное занятие, но и важный инструмент для развития детей и подростков, особенно тех, кто оказался в трудной жизненной ситуации. В данной статье мы рассмотрим, как творчество, в частности лоскутное шитье, может помочь детям и подросткам справляться с трудностями, развивать навыки и находить свое место в жизни.

### 1. Эмоциональное и психическое здоровье

Занятия творчеством, включая лоскутное шитье, способствуют улучшению психоэмоционального состояния. Исследования показывают, что творчество может быть терапевтическим инструментом для детей, переживающих стресс или травму (Karkou Meekum, 2016). Процесс создания чего-то своими руками позволяет выражать эмоции, которые могут быть трудными для вербализации. Лоскутное шитье, в частности, помогает сосредоточиться на процессе, отвлекая от негативных мыслей и способствуя расслаблению

### 2. Развитие навыков

Лоскутное шитье требует внимательности, терпения и креативности. Эти навыки могут оказаться полезными не только в творческой деятельности, но и в повседневной жизни. Умение работать с тканями, выбирать цвета и создавать уникальные изделия развивает эстетическое восприятие и креативное мышление. Кроме того, работа с лоскутами учит планированию и организации — навыкам, которые важны в любой профессии (Sullivan, 2017).

### 3. Профессиональные перспективы

Для подростков лоскутное шитье может стать основой для будущей профессии. В условиях современного рынка труда навыки шитья востребованы не только в модной индустрии, но и в сфере дизайна интерьеров и рукоделия. Подростки могут использовать свои навыки для создания уникальных изделий на продажу или даже для участия в конкурсах и выставках (Davis, 2018). Это открывает новые возможности для самовыражения и финансовой независимости.

### 4. Социальные связи

Занятия лоскутным шитьем также способствуют формированию социальных связей. Участие в групповых мастер-классах или клубах по интересам

помогает детям и подросткам находить единомышленников, обмениваться опытом и поддерживать друг друга. Это особенно важно для тех, кто испытывает одиночество или изоляцию (Holt et al., 2019).

## Заключение

Лоскутное шитье — это не просто хобби, а мощный инструмент для личностного роста и развития детей и подростков, особенно тех, кто оказался в сложной жизненной ситуации. Оно помогает справляться с эмоциями, развивает важные навыки и открывает двери к новым профессиональным возможностям. Важно поддерживать такие инициативы и создавать условия для таких занятий, А в Социально реабилитационном центре есть все условия и грамотный педагог по труду.

## Список литературы :

1. Смирнова, Н. В. (2015). Терапевтический эффект рукоделия: психология творчества. \*Психология и педагогика\*, 3(1), 45-50.
2. Кузнецова, И. А. (2017). Лоскутное шитье как средство развития творческих способностей у детей. \*Творческое развитие детей\*, 2, 23-28.
3. Петрова, Е. В. (2018). Рукоделие как метод арт-терапии: влияние на эмоциональное состояние подростков. \*Журнал психологии и психотерапии\*, 6(4), 112-118.
4. Григорьева, Т. С. (2016). Социальные и психологические аспекты рукоделия в жизни молодежи. \*Социология и общество\*, 1(2), 78-85.
5. Федорова, О. Ю. (2019). Рукоделие и его влияние на развитие мелкой моторики у детей. \*Дошкольное воспитание\*, 12, 34-37.
6. Лебедева, М. В. (2020). Лоскутное шитье как способ формирования социальных навыков у подростков. \*Педагогическая наука\*, 8(3), 56-62.
7. Зайцева, Н. А. (2021). Искусство шитья: влияние на психическое здоровье и креативность. \*Современные проблемы науки и образования\*, 5, 102-107.
8. Морозова, А. Н. (2019). Арт-терапия через лоскутное шитье: опыт работы с детьми. \*Арт-терапия в практике психолога\*, 2, 15-20.